

ARTIKEL E-JOURNAL UNESA

**KONTRIBUSI KONSENTRASI TERHADAP KETEPATAN HASIL SUMPITAN
OLAHRAGA TRADISIONAL PADA TIM SUMPITAN KOTA SURABAYA**

Dio Alif Husmayaqin

S1- Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya
alifdio04@gmail.com

Dr. Andun Sudijandoko. M.Kes.

Jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya

Abstrak**KONTRIBUSI KONSENTRASI TERHADAP KETEPATAN HASIL SUMPITAN OLAHRAGA
TRADISIONAL PADA TIM SUMPITAN KOTA SURABAYA**

Olahraga merupakan kegiatan sehari-hari dalam kehidupan manusia yang melibatkan aktivitas fisik, dengan berolahraga dapat menciptakan jasmani dan rohani yang sehat dan kuat. Saat ini banyak olahraga yang masuk dari luar negeri dan begitu populer di Indonesia.

Pada permainan sumpitan yang dicari adalah ketepatan hasil sumpitan seperti halnya olahraga panahan maupun olahraga menembak. Untuk memperoleh ketepatan dibutuhkan konsentrasi.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui besar Kontribusi Konsentrasi Terhadap Ketepatan Hasil Sumpitan Olahraga Tradisional pada Tim Sumpitan Kota Surabaya.

Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan Koefisien Determinasi. Data dikumpulkan dengan menggunakan tes konsentrasi dan tes sumpitan. Populasi pada penelitian ini 6 orang atlet sumpitan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} ($0,872 > 0,811$). Maka data korelasi kontribusi dapat dikatakan signifikan. Besarnya kontribusi antara konsentrasi dengan ketepatan hasil sumpitan olahraga tradisional yaitu sebesar 76%. Sehingga dapat ditarik satu kesimpulan sebagai berikut: "Terdapat Kontribusi yang signifikan antara tingkat konsentrasi terhadap ketepatan hasil sumpitan olahraga tradisional pada tim sumpitan kota Surabaya".

Kata Kunci : *Kontribusi, Konsentrasi, Ketepatan, Sumpitan, Olahraga Tradisional*

Abstract

Sport is a daily activity in human life that involves physical activity, with the sport can create a physical and mental healthy and strong. Nowadays many sports coming from abroad and was so popular in Indonesia.

In blowpipe's game was searched the accuracy of blowpipe as well as archery and shooting sports. To obtain accuracy needed concentration.

The purpose of this study is to determine how much Contributions Concentration To Accuracy of Blowpipe's result of Traditional Teams Sports in Surabaya.

In this study, using a quantitative method with descriptive correlational approach. The data were collected by using concentration tests and blowpipe test. The population in this study use 6 athletes blowpipe.

From the results of correlation, it is known that the value of r_{hitung} is greater than r_{tabel} ($0.872 > 0.811$). So correlation contribution data is can be said to be a was significant. The amount of contribution between the concentration and accuracy of blowpipe's result traditional sport that is equal to 76%. So it can be conclude that: "There is a significant contribution between the level of concentration with result accuracy of tradisional sport blowipe in Surabaya blowipe's Team ".

Key words: *Contribution, Concentration, Accuracy, Blowpipe, Traditional Sports*

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan kegiatan sehari-hari dalam kehidupan manusia yang melibatkan aktivitas fisik, dengan berolahraga dapat menciptakan jasmani dan rohani yang sehat dan kuat. Motto yang yang berbunyi “*mens sana en corpora sano*” yang berartikan dalam tubuh yang kuat terdapat jiwa yang sehat yang merupakan bukti bahwa sejak jaman dahulu manusia menyadari betapa pentingnya badan dan jiwa yang sehat. Selain menciptakan jasmani dan rohani yang sehat dan kuat olahraga juga menimbulkan rasa senang dan kepuasan batin. Olahraga memiliki tujuan yang berbeda-beda yaitu untuk memperoleh kesenangan, kesehatan, status sosial, dan juga untuk berpartisipasi sebagai olahragawan profesional (Nurhasan, dkk, 2005).

Saat ini banyak olahraga yang masuk dari luar negeri dan begitu populer di Indonesia. Akan tetapi seringkali masyarakat kita lupa bahwa banyak olahraga yang datang dari dalam negeri kita sendiri seperti halnya olahraga tradisional Indonesia. Dengan beragamnya suku bangsa Indonesia membuat banyak sekali keragaman jenis olahraga tradisional yang ada. Seperti hadang, bentengan, dagongan, sumpitan, lari balok, trompah panjang, patok lele, tarik tambang dan sebagainya.

Salah satu permainan tradisional Indonesia yang telah menjadi permainan olahraga yang dilestarikan adalah sumpitan atau menyumpit. Sumpit atau sumpitan (bahasa Kalimantan Tengah: sipet) adalah senjata yang

digunakan untuk berburu maupun dalam pertempuran terbuka atau sebagai senjata rahasia untuk pembunuhan diam-diam. Permainan sumpitan dapat dimainkan individu atau beregu dan jumlah regu disesuaikan dengan keadaan atau keputusan penyelenggara.

Pada permainan sumpitan yang dicari adalah ketepatan hasil sumpitan seperti halnya olahraga panahan maupun olahraga menembak. Untuk memperoleh ketepatan dibutuhkan konsentrasi. Seperti yang dikemukakan oleh Dalloway pada Lismadiana (2013) yang menyatakan bahwa “ konsentrasi diperlukan untuk meraih prestasi optimal, tidak hanya pada cabang olahraga menembak, panahan, golf, tenis, renang, tetapi hampir pada seluruh cabang olahraga, termasuk olahraga beregu”. Sejalan dengan pendapat itu Komarudin (2013) menyatakan bahwa, kemampuan fokus pada tugas yang akan dikerjakannya merupakan langkah awal untuk menampilkan sesuatu dengan baik. Berdasarkan pernyataan Dalloway dan Komarudin diatas dapat dianggap bahwa konsentrasi dibutuhkan semua jenis olahraga. Sehingga sumpitan juga dianggap membutuhkan konsentrasi pada permainannya.

Kemampuan konsentrasi memegang kontribusi yang besar bagi atlet untuk mengarahkan seluruh kemampuan dan keterampilannya untuk memenangkan suatu pertandingan yang diikutinya (Ongko dan Jannah, 2016). Peranan fisik terutama kekuatan otot lengan, tidak dipungkiri juga memiliki peranan dalam menentukan ketepatan hasil sumpitan, namun tanpa konsentrasi yang baik hal tersebut tidak dapat maksimal. Jadi untuk

mendapat sesuatu yang maksimal pada suatu pertandingan dibutuhkan konsentrasi yang baik. Akan tetapi kontribusi konsentrasi pada masing-masing cabang olahraga berbeda mengingat perbedaan jenis konsentrasi pada setiap cabang olahraga.

Maka dari itu, berdasarkan pengamatan peneliti dan adanya kaitan antara konsentrasi terhadap hasil sumpitan dalam permainan sumpitan yang dapat menunjang pencapaian prestasi seorang atlet sumpitan, penulis tertarik untuk meneliti seberapa besar kontribusi konsentrasi terhadap hasil sumpitan pada permainan sumpitan. Oleh karena itu, penulis mengambil judul sebagai berikut: “ Kontribusi Konsentrasi Terhadap Ketepatan Hasil Olahraga Tradisional Sumpitan pada Tim Sumpitan Kota Surabaya.”

KAJIAN PUSTAKA

A. Konsentrasi

Konsentrasi merupakan salah satu aspek psikologi yang penting dalam permainan sumpitan. Cox (2002) mendefinisikan konsentrasi sebagai kemampuan atlet untuk memusatkan perhatian pada informasi yang relevan selama kompetisi.

Wilson, dkk (2006) menjelaskan konsentrasi merupakan kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas dengan tidak terganggu dan terpengaruh oleh stimuli bersifat eksternal maupun internal. Selanjutnya, Menurut Maksum (2011) istilah konsentrasi sering dialih tukarkan dengan istilah perhatian, yaitu suatu keadaan dimana kesadaran seseorang tertuju kepada suatu objek tertentu dalam waktu tertentu.

B. Ciri-ciri Konsentrasi

Seseorang dapat dikatakan berkonsentrasi apabila ia fokus pada apa yang dihadapi ditempat itu, bukan ditempat lain (Maksum, 2011). Sebagai contoh, seorang yang sedang mengikuti latihan senam maka ia akan fokus pada latihan tersebut. Bukannya memikirkan hal-hal lain seperti futsal atau basket.

Jadi kesimpulanya yaitu konsentrasi memiliki ciri-ciri yaitu tertuju pada suatu target atau sasaran dengan berkonsentrasi sepenuhnya sehingga apa yang diinginkan mendapat hasil yang sesuai.

C. Pengertian Sumpitan

Sumpitan merupakan salah satu permainan tradisional Indonesia yang telah menjadi permainan olahraga yang dilestarikan adalah sumpitan atau menyumpit, menyumpit atau sumpit pada jaman dahulu digunakan oleh suku-suku tertentu di pedalaman khususnya kalimantan, sebagai senjata, baik untuk berburu atau mempertahankan diri, biasanya sumpitan ini memiliki mata anak sumpit tajam yang diberi racun untuk melumpuhkan segera binatang buruannya.

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiono, 2013). Penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan Koefisien determinasi yang menggambarkan ada tidaknya Kontribusi Konsentrasi Terhadap Ketepatan Hasil Sumpitan Olahraga Tradisional pada Tim Sumpitan Kota Surabaya.

Dalam penelitian ini desain yang digunakan peneliti adalah desain korelasional yang mana penelitian ini mencari korelasi dari variabel bebas yaitu tingkat konsentrasi (X) dan variabel terikat yaitu ketepatan hasil sumpitan (Y), untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari gambar berikut:

Gambar 3.1 Paradigma penelitian (Sugiono, 2013)

Keterangan:

X: Tingkat konsentrasi

Y: Ketepatan hasil sumpitan

B. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah Tim Sumpitan Kota Surabaya. Jumlah populasi yang ada pada Tim Sumpitan Kota Surabaya berjumlah 6 orang atlet sumpitan putra yang rutin mengikuti latihan di Gelora 10 November Jl. Tambaksari Surabaya.

Menurut Sugiono (2013) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi Yang ada pada Tim Sumpitan Kota Surabaya relatif kecil, Yakni kurang dari 30 orang sehingga semua anggota populasi dijadikan sampel. Mengingat bahwa jumlah jumlah populasi semuanya dapat diambil sebagai orang coba “testee” maka sampel ditiadakan. Dengan demikian penelitian ini dikatakan penelitian populasi (*Population research*)

C. Variabel Penelitian

Variabel adalah suatu konsep yang memiliki variabilitas atau keragaman (Maksum, 2012). Variabel dapat dibedakan menjadi dua bagian, yaitu variabel bebas (variabel yang mempengaruhi) dan variabel terikat (variabel yang dipengaruhi). Pada penelitian ini variabel bebas adalah konsentrasi dan variabel terikatnya adalah hasil sumpitan.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti. Karena variabel pada penelitian ini ada 2 maka digunakan 2 instrumen penelitian, yaitu Tes tingkat Konsentrasi dan Tes Sumpitan untuk mengetahui ketepatan hasil sumpitan, semakin mendekati titik tengah maka skor akan semakin bagus.

1. Tes Konsentrasi (*Test Grid Concentration*)

Tes yang diberikan terlebih dahulu adalah tes konsentrasi. Latihan konsentrasi dalam bentuk *Grid Concentration Test*. Latihan ini dapat berfungsi sebagai tes guna mengukur konsentrasi (Maksum, 2011). Pada tes ini memiliki 10 X 10 kotak yang terdapat dua digit angka 00 sampai 99 yang ditaruh secara acak.

16	43	76	81	60	88	23	75	80	98
86	97	67	92	96	53	44	36	03	19
05	85	09	61	77	15	99	87	48	79
47	52	12	57	68	33	62	08	24	42
00	17	26	21	04	82	69	41	29	74
35	13	46	63	84	91	25	11	64	06
10	54	70	93	95	89	50	78	73	39
32	40	66	01	18	27	22	14	55	30
56	71	90	34	07	83	94	65	58	51
20	45	37	49	72	31	59	38	02	28

Gambar 3.2: *Grid Concentration Exercise*

Tabel 3.1 Kriteria Penilaian Konsentrasi

Kriteria Penilaian Konsentrasi		
No.	Kriteria	Kategori
1	21 keatas	Konsentrasi sangat baik
2	16 – 20	Konsentrasi baik
3	11 – 15	Konsentrasi cukup
4	6 – 10	Konsentrasi kurang
5	5 kebawah	Konsentrasi sangat kurang

(Ongko dan Janah, 2015)

2. Tes Sumpitan (*Menyumpit*)

Setelah dilakukan tes *Grid Concentration Exercise* kemudian dilanjutkan dengan tes sumpitan/menyumpit. Pada tes ini atlet akan melakukan sumpitan dengan jarak 15 meter. Penilaiannya berdasarkan dari ketepatan sasaran pada sasaran yang tersedia. Sasaran berbentuk lingkaran dengan penilaian jika mengenai lingkaran paling tengah memperoleh nilai 10, kemudian 9, 8 dan seterusnya pada lingkaran paling luar nilai satu. Semua atlet akan diberikan 5 kali menyumpit. Hal ini berdasarkan peraturan permainan olahraga tradisional sumpitan, anak

sumpitan yang digunakan dalam satu seri adalah 5 (lima) buah. Jadi nilai dihitung berdasarkan jumlah poin yang didapat dari 5 (lima) buah anak sumpitan dengan lima kali tembakan pada sasaran.

E. Teknik analisa data

Pada penelitian ini pengumpulan data menggunakan tes. Dalam pengambilan data peneliti di bantu beberapa rekan yang bertugas untuk melakukan pencatatan hasil tes. Pengambilan data akan dilaksanakan dengan menggunakan *Grid concertation test* untuk mengukur tingkat konsentrasi atlet sumpitandan tes sumpitan (menyumpit) untuk mengukur ketepatan hasil sumpitan sebagai data kedua. *Grid concertation test* dilakukan secara bersamaan dan dilakukan ditempat yang telah

Interval Koefisiensi	Tingkat Hubungan
0,00-0,199	Sangat Rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Sangat Kuat

disediakan. Atlet diberikam waktu satu menit untuk mengisi atau mengerjakan *Grid concertation test* tersebut. Kemudian hasil dari *Grid concertation test* dijadikan data 1. Selanjutnya tes sumpitan (menyumpit) dilakukan pada tempat yang telah disediakan, kemudian persatu atlet melakukan sumpitan. Petugas disini bertugas untuk mengatur atlet yang akan melakukan tes dan mencatat hasil sumpitan. Kemudian hasil dari tes sumpitan dijadikan data 2. Setelah pelaksanaan tes selesai data yang sudah didapatkan kemudian akan dikumpulkan untuk selanjutnya dilakukan analisi data.

Dalam penelitian ini teknik yang digunakan adalah teknik analisis data statistic korelasi *Product Moment (pearson)*, kemudian dilanjutkan dengan mencari besarnya hubungan uji signifikasi dan

mengguankan koefisiensi determinasi untuk menunjukan presentase hubungan dua variabel.

1. Rata-rata (*Mean*)

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan :

M : Mean

$\sum X$: Jumlah total nilai dalam distribusi

N : Jumlah Individu

(Maksum, 2007)

2. Korelasi product moment (*pearson*)

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

keterangan:

r = korelasi

N = jumlah sampel

$\sum X$ = jumlah variabel (X)

$\sum Y$ = jumlah variabel (Y)

$\sum X^2$ = jumlah variabel (X)

$\sum Y^2$ = jumlah variabel (Y)

$\sum XY$ = jumlah variabel (X) dan (Y)

(Sugiono, 2013)

Tabel 3.3 Koefisiensi korelasi

(Sugiono, 2013)

3. Koefisien Determinasi (K)

$$K = r^2 \times 100\%$$

Keterangan K= koefisien determinasi

r= koefisien perbedaan rank yang dihitung

(Sugiono, 2013)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Analisis hasil penelitian ini akan dikaitkan dengan rumusan masalah pada BAB I.

Dari pengaitan tersebut dapat diuraikan dengan deskripsi data dan hipotesis. Perhitungan data yang berupa kontribusi antara tingkat konsentrasi dengan ketepatan hasil sumpitan olahraga tradisional menggunakan perhitungan manual.

Dalam penelitian ini, subyek penelitian sebanyak 6 atlet sumpitan. Deskripsi dari hasil penelitian ini berupa nilai yang diperoleh dari tes konsentrasi dan tes ketepatan sumpitan. Yang kemudian dikorelasikan untuk mengetahui besar kontribusi konsentrasi terhadap ketepatan hasil sumpitan. Hal tersebut apabila dikaitkan dengan hipotesis awal yang telah dikemukakan pada BAB II di muka maka dapat dirumuskan H_0 dan H_1 sebagai berikut.

H_0 : Tidak ada hubungan antara konsentrasi terhadap ketepatan hasil sumpitan olahraga tradisional.

H_1 : Terdapat hubungan antara konsentrasi terhadap ketepatan hasil sumpitan olahraga tradisional.

Data yang berupanilai dari hasil tes konsentrasi dan tes ketepatan hasil sumpitan 6 atlit sumpitan dapat dituliskan dalam tabel dibawah ini.

Kriteria Penilaian Konsentrasi		
No.	Kriteria	Kategori
1	21 keatas	Konsentrasi sangat baik
2	16 – 20	Konsentrasi baik
3	11 – 15	Konsentrasi cukup
4	6 – 10	Konsentrasi kurang
5	5 kebawah	Konsentrasi sangat kurang

Tabel 4.1 Hasil Pengukuran Tes Konsentrasi dan Tes Ketepatan Hasil Sumpitan

Subjek	Hasil Tes Konsentrasi	Hasil Tes Sumpitan
ARK	20	44
RF	8	25
IFN	17	38
FRD	15	25
MZN	11	23
HFD	18	40
Rata-rata	14,8	32,5

Tabel 4.2 Kriteria Penilaian Konsentrasi
(Ongko dan Janah, 2012)

Setelah data yang diperlukan terkumpul, selanjutnya dilakukan pengolahan data yang akan menunjukan signifikan atau tidaknya kontribusi konsentrasi terhadap ketepatan hasil sumpitan olahraga tradisional. Apabila signifikan, seberapa besar kontribusi yang diberikan antara konsentrasi terhadap ketepatan hasil sumpitan olahraga tradisional. Untuk dapat mengetahui seberapa besar kontribusi yang diberikan antara konsenttrasi terhadap ketepatan hasil sumpitan pada olahraga tradisional sumpitan, maka nilai dari hasil penelitian dimasukan ke dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 4.3 Tabel Statistik Hasil Penghitungan Konsentrasi dan Ketepatan Hasil Sumpitan Olahraga Tradisional

No	Nama	X	Y	X^2	Y^2	XY
1	ARK	20	44	400	1936	880
2	RF	8	25	64	625	200
3	IFN	17	38	289	1444	646
4	FRD	15	25	225	625	375
5	MZN	11	23	121	529	253
6	HFD	18	40	324	1600	720
		89	195	1423	6759	3074

Keterangan: X= Konsentrasi Atlet

X^2 = Kuadrat Konsentrasi Atlet

Y= Ketepatan Hasil Sumpitan

Y^2 = Kuadrat ketepatan

Hasil Sumpitan

$$\begin{aligned}
 r_{xy} &= \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}} \\
 r_{xy} &= \frac{6.3074 - (89)(195)}{\sqrt{[(6.1423 - (89)^2)][6.6759 - (195)^2]}} \\
 r_{xy} &= \frac{18444 - 17355}{\sqrt{[(8538 - 7921)(40554 - 38025)]}} \\
 r_{xy} &= \frac{1089}{\sqrt{617 \times 2529}} \\
 r_{xy} &= \frac{1089}{\sqrt{1560393}} \\
 r_{xy} &= \frac{1089}{1249,157} \\
 r_{xy} &= 0,872
 \end{aligned}$$

Dari hasil perhitungan korelasi diatas, dapat diketahui bahwa $r = 0,872$. Untuk mengetahui apakah perhitungan korelasi itu signifikan atau tidak perlu dibandingkan dengan r_{table} . Setelah dilihat didapat $r_{table} = 0,811$. Ternyata harga r lebih besar dari r_{table} ($0,872 > 0,811$). Maka data korelasi kontribusi antara tingkat konsentrasi atlet dengan ketepatan hasil sumpitan pada olahraga tradisional dapat dikatakan signifikan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa ada kontribusi

yang kuat antara tingkat konsentrasi atlet dengan ketepatan hasil sumpitan pada olahraga tradisional.

Sedangkan untuk mengetahui besarnya kontribusi yang diperoleh antara konsentrasi atlet dengan ketepatan hasil sumpitan pada olahraga tradisional dapat diketahui dengan melakukan perhitungan menggunakan rumus sebagai berikut.

$$K = r^2 \times 100\%$$

$$K = 0,872^2 \times 100\%$$

$$K = 0,760 \times 100\%$$

$$K = 76\%$$

Besarnya kontribusi antara konsentrasi dengan ketepatan hasil sumpitan olahraga tradisional yaitu sebesar 76%. Dengan demikian dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat konsentrasi atlet maka semakin baik ketepatan hasil sumpitan pada olahraga tradisional.

Pembahasan

Pembahasan pada penelitian ini akan membahas dan menguraikan hasil perhitungan tentang kontribusi konsentrasi terhadap ketepatan hasil sumpitan olahraga tradisional pada tim sumpitan kota Surabaya. Dalam berolahraga prestasi seorang atlet ditentukan oleh beberapa faktor. Salah satunya adalah faktor konsentrasi. konsentrasi merupakan kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas dengan tidak terganggu dan terpengaruh oleh stimuli bersifat eksternal maupun internal (Wilson, dkk, 2006). Pada permainan sumpitan konsentrasi harus benar benar terpusat pada sasaran. Menurut gunarsa (2004) bahwa dalam olahraga terdapat sebuah faktor psikis yang dapat menunjang ataupun

menghambat prestasi, faktor tersebut adalah perhatian dan konsentrasi.

Penelitian terdahulu, dalam skripsi Wicaksono (2013) menunjukkan bahwa ada hubungan korelasi positif yang kuat antara tingkat konsentrasi terhadap hasil *shooting under basket* pada atlet putra klub bolabasket *guardians* dan besarnya sumbangan sebesar 47%.

Dalam skripsi Resnawelli (2014), menunjukkan bahwa ada kontribusi yang signifikan antara tingkat konsentrasi terhadap ketepatan mendarat atlet *gantolle* pada nomor *spot landing* di tim Jawa Timur cabang *gantolle* dan besarnya sumbangan sebesar 74,13%

Menurut beberapa penelitian terdahulu di muka menunjukkan bahwa perolehan perhitungan menunjukkan hasil yang positif dan signifikan antara konsentrasi terhadap suatu gerakan-gerakan yang membutuhkan ketepatan atau akurasi.

Berdasarkan hasil analisa data penelitian dapat disimpulkan terdapat kontribusi konsentrasi yang kuat dan signifikan antara tingkat konsentrasi terhadap ketepatan hasil sumpitan olahraga tradisional pada tim sumpitan kota Surabaya. Sedangkan besarnya kontribusi antara tingkat konsentrasi terhadap ketepatan hasil sumpitan olahraga tradisional pada atlet sumpitan kota Surabaya yaitu sebesar 76%.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan dan hasil penelitian tentang kontribusi konsentrasi terhadap ketepatan hasil sumpitan olahraga tradisional pada atlet sumpitan Kota Surabaya.

1. Terdapat kontribusi yang kuat antara tingkat konsentrasi terhadap ketepatan hasil sumpitan tradisional pada atlet sumpitan kota Surabaya dengan harga sebesar $r=0,872$.

2. Besarnya kontribusi konsentrasi terhadap ketepatan hasil sumpitan olahraga tradisional pada atlet sumpitan kota Surabaya sebesar 76%.

B. Saran

Saran yang bisa diberikan pada penelitian sebagai hasil dari penelitian dari proses penelitian yang telah dilakukan yaitu:

1. Pelatih harus memperhatikan konsentrasi pemain dalam proses latihan karena konsentrasi dapat mempengaruhi ketepatan hasil sumpitan olahraga tradisional dalam melakukan sumpitan. Sehingga hasil yang didapat bisa maksimal dan dapat memperoleh banyak poin.
2. *Grid Concentration Test* dapat digunakan untuk mengukur tingkat konsentrasi atlet sumpitan, sehingga dapat dijadikan tolak ukur peningkatan kemampuan konsentrasi.
3. Penelitian ini hanya berfokus pada kontribusi konsentrasi terhadap ketepatan hasil sumpitan pada olahraga tradisional sumpitan. Untuk peneliti selanjutnya diharap dapat menambahkan variabel-variabel lainya sehingga dapat menjadikan olahraga tradisional sumpitan menjadi lebih baik dan lebih berkompeten.
4. Harapan kedepan dapatnya dilakukan lagi penelitian sejenis oleh peneliti lain sehingga hasil yang didapat pada penelitian tersebut lebih luas, lebih komperhensif, dan lebih tinggi atau besar kontribusi/sumbangan dari konsentrasi terhadap hasil sumpitan pada olahraga tradisional.
5. Diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat menggunakan alat sumpit/sumpitan yang sesuai dengan standar Nasional.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (1998). *Metode Penelitian (Pendekatan Penelitian)*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Cox, R. H. (2002). *Sport psychology: concept and application*. Boston: McGraw-Hill.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (1999). *Peraturan Permainan Olahraga Asli/Tradisional, Buku I dan II*. Direktorat Keolahragaan Direktorat Jendral Pendidikan Luar Sekolah dan Olahraga.
- Gelinas, R., dan Chandler, K. M. (2006). Research note: psychological skills for successful ice hockey goaltenders. *Athletic Insight: The Online Journal of Sport Psychology*, 8 (2), 64-71.
- Gunarsa, S. D. (1992). *Psikologi olahraga prestasi*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Gunarsa, S. D. (2004). *Psikologi olahraga prestasi*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Harmono, B, A. (2013). *Kontribusi Konsentrasi Terhadap Ketepatan Pukulan Jumping Smash Pada Bulutangkis (Studi Pada Atlet Putra Usia 16-20 Tahun Pb. Citra Raya Unesa Surabaya)*. *Character: Jurnal Kesehatan Olahraga*, Volume 02 Nomor 01 Tahun 2014, 51-57
- Husdarta, H. J. (2011). *Manajemen pendidikan jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Komarudin. (2013). *Pengantar psikologi olahraga: latihan mental dalam olahraga kompetitif*. Bandung: Rosda.
- Langenati, R., dan Jannah, M. (2015). *Pengaruh self-hypnosis terhadap konsentrasi pada atlet senam artistik. Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 03 (02), 1-6.
- Maksum, Ali. 2011. *Psikologi Olahraga Teori Dan Aplikasi*. Surabaya. Unesa University Press
- Maksum, Ali. 2007. *Tes dan Pengukuran Dalam Olahraga*. Surabaya. Unesa University Press.
- Nurhasan, dkk. 2005. *Petunjuk Praktis Pendidikan Jasmani*. Surabaya. Unesa University Press
- Ongko, N., dan Jannah, M. (2016). *Pengaruh Mind Control Training Terhadap Peningkatan Konsentrasi Pada Atlet Putri UKM Bola Voli Unesa. Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, Volume 05 Nomor 1.
- Pahlevi, A. 22 Mei 2012 . *Sumpit, Tradisi Dayak Jadi Olahraga*. Tempo.co, (Online), (<http://m.tempo.co/read/news/2012/05/22/199405255/sumpit-tradisi-dayak-jadi-olahraga.html>), di akses 25 Maret 2016).
- Priambodo, A. dkk. 2010. *Pengembangan Model Pelatihan Konsentrasi Untuk Meningkatkan Prestasi Atlet Bulutangkis*. Laporan Penelitian. Surabaya. Kementrian Pendidikan Nasional Republik Indonesia: Unesa.
- Resnawelli, M, R. (2014). *Kontribusi Tingkat Konsentrasi Terhadap Ketepatan Mendarat Atlet Gantolle Pada Nomor Spot Landing (Di Tim Puslatda Jawa Timur Cabor Gantolle)*. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, Volume 02 Nomor 01 Tahun 2014, 37 – 42.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d*. Bandung: Alfabeta.

Supriyanto, A., dan Lismadiana. (2013). *Penggunaan Metode Hypnoterapi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Saat Start dalam Renang. Jurnal IPTEK Olahraga*, Volume 15 Nomor 2, 111-124.

Tim Penyusun. 2013. *Panduan Penulisan dan Penilaian Skripsi*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya

Wicaksono, P. (2013). *Kontribusi Konsentrasi Terhadap Hasil Shooting Under Basket (Studi Pada Atlet Putra Klub Bolabasket Guardians Tuban)*. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, Volume 02 Nomor 01 Tahun 2014, 43-50

Wilson, V. E., Peper, E., dan Schmid, A. (2006). Training strategies for concentration. In Williams, J. N. (Ed.). *Applied Sport Psychology: Personal Growth to Peak Performance (5th edition)*. Boston: McGraw Hill.